

主辦：



香港智障人士體育協會
HONG KONG SPORTS ASSOCIATION FOR
PERSONS WITH INTELLECTUAL DISABILITY

資助：



香港教練培訓委員會
Hong Kong Coaching Committee



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

教練培訓計劃：運動創傷後的治療及復健

主辦及資助機構

香港智障人士體育協會主辦，香港賽馬會教練培訓計劃資助。

講座簡介及宗旨

在持續的運動比賽及訓練中，運動員難免會遇上不同傷患，繼而影響其訓練計劃。因此，一個完善的治療及復健計劃成為運動員能夠盡快重返賽場的關鍵。是次工作坊將透過註冊物理治療師及體適能教練分享，講解短期及長期的治療計劃，受傷期間的復康計劃及康復後的訓練強度並需要注意的事項。從而加強參加者對處理運動創傷的認知，讓運動員得到最適切的治療，並能夠及早重返賽場。

日期、時間及地點

日期	時間	講座內容*	地點
2023年3月26日 (星期日)	14:45-15:00	登記	奧運大樓 5-7號會議室 (香港銅鑼灣掃桿埔 大球場徑1號)
	15:00-16:45	處理不同程度運動創傷的治療計劃 受傷中期的復健計劃	
	16:45-16:50	小休	
	16:50-17:45	重返賽場的要素 訓練強度及注意事項	
	17:45-18:00	問答環節	

*主辦單位保留修改講座內容之權利。

參加資格

參加者必須年滿18歲

授課語言

粵語

講者

- 羅子韜先生 (註冊物理治療師)
- 李健安先生 (香港體育學院體適能教練)

證書

參加者完成整個講座後，可獲本會發出「出席證書」乙張。

*獲發之出席證書可用作2023-2024年度辦理教練之續註冊申請。

名額及費用

名額40人 (本會註冊教練優先)，費用全免。

報名方法

網上報名

【報名表所得之個人資料只用於有關用途，除法例規定外，個人資料不會作其他用途或向外間披露。】

截止報名日期

2023年3月10日(星期五)

取錄通知

取錄名單將於2023年3月17日(星期五)前於本會網頁(www.hksapid.org.hk)公佈及以電郵通知各參加者。

備註

- 1) 如當日活動開始前兩小時天文台發出黑色暴雨警告，或懸掛八號或以上之熱帶氣旋警告信號，活動將會取消；
- 2) 參加者須遵從政府,主辦單位及場地的防疫措施；
- 3) 主辦單位保留修改本章程之權利。

查詢

2161 9509 孔卓泓先生

2023年2月24日